

ция к посещению занятий, положительные отзывы о них: «А когда мы еще будем играть?», «Нам понравился кроссворд».

В-третьих, проведение развивающих игр способствует интеллектуальному раскрепощению детей. Некоторые из участников проговаривали, что на занятиях им «хочется выполнять задания», что они не боятся сделать ошибку, так как «все равно ничего не будет». Общий положительный настрой, использование нестандартных для школы приемов организации урока (включение двигательных упражнений; игр, проводимых сидя в кружке; обсуждений, что понравилось – не понравилось и других элементов), – все это ведет к раскрытию учащихся, к узнаванию ими особенностей друг друга и, как следствие, к улучшению межличностных отношений в группе.

#### Литература

1. Заика Е.В., Назарова Н.П., Маренич И.А. Об организации игровых занятий для развития мышления, воображения и памяти. // Вопр. психол. – 1995. – №1.
2. Зак А.З. Развитие интеллектуальных способностей у детей 9 лет: Учебно-методическое пособие для учителей. – М., 1996.
3. Словарь практического психолога / Сост. С. Ю. Головин. – Минск, 1998.
4. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль, 1997.

Павлова А. М.  
Шахматова О. Н.

#### **Сравнительное исследование социально-психологической адаптивности первого и четвертого курса факультета психологии**

Изучая становление личности в процессе взаимодействия человеческого индивида со своим социальным окружением и его социализацию, в течение последних нескольких десятилетий психологи обращают все большее внимание на те аспекты активности личности, которые направлены на ее адаптацию к той социальной среде (группы, организации, всего общества), в которой протскает

эта активность. Идея социально-психологической адаптации личности, таким образом, не является новой. Она в той или иной мере затрагивалась и даже была конкретно исследована в работах ряда видных социологов (Дж.Г. Мид, Т. Парсонс и другие), психоаналитиков, представителей женеvской школы (главным образом Ж. Пиаже), интеракционистов и ряда психологов, принадлежащих к другим направлениям психологии. В отечественной психологии определенный интерес к проблеме социально-психологической адаптации личности наблюдается и в работах Н. Д. Левитова, Г.М. Андреевой, Ф.В. Бассина и других.

Кроме того проблема адаптации стала актуальной в связи с быстрым научно-техническим прогрессом и урбанизацией. В специальной литературе справедливо констатируется, что «...морфофизиологические особенности человека, сформировавшиеся в течение длительного периода эволюции, не могут приспособительно изменяться с такой же быстротой, с какой изменяются технологические процессы и окружающая среда» [3].

В экспериментальном исследовании осуществлена попытка сравнительного анализа уровня адаптированности студентов первого и четвертого курса факультета психологии при помощи методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда [2].

Согласно феноменологической теории К. Роджерса, психологическая дезадаптация происходит в результате несоответствия между Я-структурой и опытом. Я-концепция отражает те характеристики, которые человек воспринимает как часть себя. С точки зрения данного направления Я-концепция часто отражает то, как мы видим себя в связи с различными ролями, которые мы играем в жизни. Кроме того, Я-концепция включает наше восприятие того, какими, как мы полагаем, мы должны быть и хотели бы быть. Этот компонент «Я» называется Я-идеальным – то, что человек больше всего ценит, к чему стремится.

Структура «Я» формируется через взаимодействие с окружением, в частности, со значимыми другими (например, родители, братья, сестры, другие родственники. Иначе говоря, по мере того, как ребенок становится социально вос-

приимчивым и развиваются его когнитивные и перцептивные способности, его Я-концепция все больше дифференцируется и усложняется. Следовательно, в значительной степени содержание Я-концепции является продуктом процесса социализации.

К. Роджерс утверждал, что по большей части поведение человека согласуется с его Я-концепцией. Другими словами, человек стремится сохранить состояние согласованности самовосприятия и переживания. Когда люди осознают несоответствие между Я-концепцией (и связанными с ней условиями ценности) и каким-то аспектом актуального переживания, то испытывают тревогу, становятся потенциально уязвимыми для личностных расстройств. Тревога, таким образом, является эмоциональной реакцией на угрозу, которая сигнализирует, что организованная Я-структура испытывает опасность дезорганизации, если несоответствие между ней и угрожающим переживанием достигнет осознания.

В отечественной специальной литературе под *социально-психологической адаптацией* понимается процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности. *Социально-психологическую адаптированность* выступает в качестве результата адаптации; характеризуется как такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные социогенные потребности, в полной мере идет на встречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей [1, 4].

К. Роджерс под *социально-психологической адаптацией* понимает определенную степень соответствия между Я-структурой и опытом. Как правило, адаптированный человек - это психически здоровый человек, которому присущи пять основных личностных характеристик:

1. *Открытость переживанию.*

Люди, полностью открытые переживанию, способны слушать себя, чувствовать всю сферу висцеральных, сенсорных, эмоциональных и когнитивных переживаний в себе, не испытывая угрозы. Они тонко осознают свои самые глубокие мысли и чувства; они не пытаются их подавить.

## *2. Экзистенциальный образ жизни.*

Это тенденция жить полно и насыщенно в каждый момент существования, так, чтобы каждое переживание воспринималось как свежее и уникальное, отличное от того, что было раньше. Экзистенциальный образ жизни предполагает, что скорее «Я» человека и его личность проистекают из переживания, а не переживание преобразовывается, чтобы соответствовать какой-то заранее заданной жесткой Я-структуре. Следовательно, такие люди: гибки, адаптивны, терпимы и непосредственны.

## *3. Организмическое доверие.*

Адаптивный человек рассматривает организмическое переживание как достоверный источник информации, позволяющий решить, что следует и не следует делать. Следовательно, организмическое доверие означает способность человека принимать во внимание свои внутренние ощущения и рассматривать их как основу для выбора поведения.

## *4. Эмпирическая свобода.*

Человек может свободно жить так как хочет, без ограничений и запретов. Субъективная свобода – это чувство личной власти, способность делать выбор и руководить собой. Человек имеет множество возможностей выбора в жизни, он ощущает себя способным делать практически все, что хочет делать.

## *5. Креативность.*

Творческие люди стремятся жить конструктивно и адаптивно в своей культуре, в то же время удовлетворяя свои самые глубокие потребности. Они способны творчески, гибко приспособливаться к изменяющимся условиям окружения. Такие люди, по мнению К. Роджерса, являются членами общества и его продуктами, но не его пленниками.

Рассматриваемая нами методика диагностики социально-психологической адаптации содержит восемь шкал (адаптивность – дезадаптивность, лживость, принятие себя – неприятие себя, принятие других – неприятие других, эмоциональный комфорт – эмоциональный дискомфорт, внутренний контроль – внешний контроль, доминирование – ведомость, эскапизм (уход от проблем). На основании показателей по данным шкалам можно вычислить следующие интегральные показатели: 1) адаптация; 2) принятие других; 3) интегральность; 4) самопринятие; 5) эмоциональная комфортность; 6) стремление к доминированию.

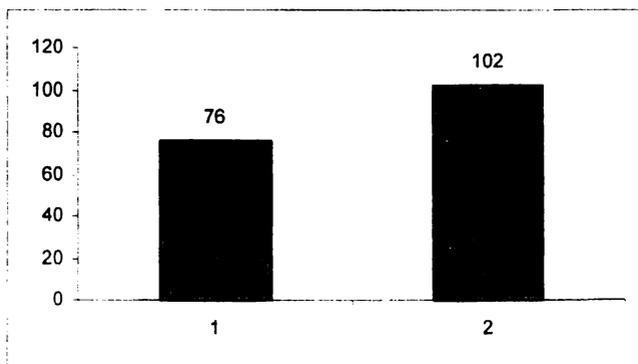
В качестве участников экспериментальной выборки были выбраны студенты первого и четвертого курса факультета психологии. Ввиду большого объема вопросов в рассматриваемой методике, мы использовали в исследовании шкалу «Адаптивность – дезадаптивность», а также некоторые вопросы по шкале лжи. Таким образом, предъявляемый вариант опросника в результате имеет 34 вопроса (а также три вопроса, контролирующие степень проявления эффекта социальной желательности).

Проверка статистических различий между двумя выборками осуществлялась по критерию однородности Вилкоксона. На основании результатов математико-статистической обработки данных можно сделать вывод о наличии незначимых различий между исследуемыми выборками ( $\alpha = 0,05$ ).

Характеризуя особенности адаптации студентов первого курса, стоит отметить приближение среднего показателя по выборке в целом к нижнему порогу нормы ( $x_{cp} = 76, \sigma = 4.42$ ) (рис. 1). Кроме того, важным является то, что с пятым утверждением опросника («Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать») согласилось лишь 56 % испытуемых первого курса по сравнению с 73 % положительных выборов испытуемых четвертого курса. Поскольку на данном этапе личностного развития испытуемых ведущей является учебно-профессиональная деятельность, можно предположить наличие у первокурсников затруднений (временных) в адаптации к предъявляемым в университете требованиям. Принимая во внимание теорию К. Роджерса, мож-

но предположительно судить о наличии несоответствия ранее пережитого опыта и Я-структуры испытуемых, которая претерпела некоторые видоизменения в новых учебных условиях.

У студентов четвертого курса, в свою очередь, показатели указывают на достаточную выраженность среднего уровня адаптации ( $x_{\text{ср.}} = 102$ ,  $\sigma = 2.95$ ) (рис. 1). Наибольшее количество положительных выборов отмечается по утверждению № 30 (“Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и меняет отношение к окружающему миру”). Анализ данного параметра позволяет судить о вероятностном наличии уровня адаптации, обеспечивающего условия для оптимального личностного и профессионального роста. Согласно теории К. Роджерса, в данном случае Я-структура студентов в достаточной мере соотносится с ранее пережитым личностным опытом.



1 - уровень адаптированности студентов первого курса; 2 – уровень адаптированности студентов четвертого курса.

*Рис. 1. Графическое представление показателей адаптированности студентов факультета психологии.*

Рассматриваемая методика позволяет получить обобщенный показатель уровня адаптированности испытуемых. Оценка степени адаптированности к

учебно-профессиональной среде на его основании является не совсем полной и, безусловно, требует привлечения дополнительных методов диагностики.

Учебно-воспитательная среда играет значимую роль в оптимизации процесса адаптации студентов. Целесообразно, на наш взгляд, принимать во внимание следующие рекомендации:

1. Участие психологической службы ВУЗа в мониторинге уровня адаптированности студентов на каждом этапе образовательного процесса.

2. Проявление чувства эмпатии к проблемам первокурсников связанных с адаптацией к новым условиям обучения со стороны преподавателей-предметников.

3. Кураторам группы рекомендуется отслеживать, насколько адекватно происходит процесс адаптации первокурсников (по результатам успеваемости, посещаемости занятий и др.).

4. Организация внеучебных мероприятий стимулирующих процесс межличностной межгрупповой адаптации (обращение за необходимой помощью по этому вопросу к куратору).

5. Информирование иногородних студентов-первокурсников проживающих в общежитии, о том куда они могут обратиться при наличии проблем (отсутствие воды, отопления и т.д).

6. Совершенствование методического обеспечения образовательного процесса (в частности, возможность доступа к необходимой учебной литературе в рамках университета).

7. Совершенствование компьютерного обеспечения учебного процесса;

8. Улучшение эргономических условий обучения (освещенность, комнатная температура, состояние аудиторий и другое).

Таким образом, гипотеза о наличии значимых статистических различий между выборками студентов первого и четвертого курса по результатам методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда не подтвердилась. Вероятно, при проведении дополнительного исследования на тех же выборках в начале осеннего семестра (в течение сентяб-

ря), когда первокурсники только включились в процесс обучения, появится возможность еще раз обратиться к данной проблеме.

#### Литература.

1. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности. – Ереван, 1988.
2. Столяренко Л.М. Общая психология. Практикум. – М. – Ростов-на Дону, 1999.
3. Философские проблемы теории адаптации / Под ред. Г.И. Царегородцева. – М., 1975.
4. Шибутани Т. Социальная психология. – М., 1969.

Перминова Н.

Шахматова О. Н.

#### **Социально-психологические установки личности в процессе обучения**

Социально-психологическая установка как реальное психическое состояние человека служит основой взаимодействия человека с окружающей средой, единства сознания и объективной действительности. Социально-психологические установки помогают познать особенности психической активности человека, они влияют на развитие личности, межличностные отношения, а также на выбор жизненного плана и выбор сферы профессиональной деятельности.

Изучение социально-психологических установок, интерес к которым все более возрастает, является актуальным для общества на данном этапе его развития, характеризующимся стремительными изменениями. Социальные установки, как общества в целом, так и отдельно взятой личности, имеют тенденцию к устойчивости, а окружающая социальная ситуация стремительно меняется. Поэтому трансформация одних установок личности в другие важна для благополучного развития нашего общества. Важно, чтобы этот переход не ока-